

Cellulite, l'eterna nemica delle donne!

scritto da fmadmin | Marzo 21, 2016



Eh sì, parliamo ancora dell'eterna nemica che tutte noi dobbiamo affrontare prima o poi (si anche le super top model sono sotto attacco nonostante i corpi perfetti guadagnati a colpi di foto ritocco qui e là). Un'antipatica presenza che accompagna la vita delle donne da anni... se non secoli!

Sì parliamo proprio di lei... LA BUCCIA D'ARANCIA!

Al solo sentirla vi viene voglia di scappare lontano, nascondervi dietro gli schermi dei vostri computer e tirare fuori i rosari sperando nella benevolenza del Signore? Beh amiche bisogna guardare in faccia alla realtà, il problema c'è... e purtroppo spesso si vede! ma le soluzioni esistono e c'è una luce in fondo a questo tunnel di atonia e cuscinetti adiposi!

Innanzitutto bisogna capire davvero di cosa stiamo parlando. In gergo medico, la cellulite è denominata pannicolopatia

edemo-fibro-sclerotica; si tratta di un'alterazione del tessuto connettivale adiposo, con ipertrofia delle cellule e accumulo di liquidi e tossine metaboliche negli spazi interstiziali, nient'altro che ciccia in più e aspetto a buccia d'arancia in quelle zone del corpo dove la cellulite stessa impedisce la circolazione e quindi risultano più fredde al tatto. Esistono 3 stadi della cellulite, ed ognuno di essi necessita di trattamenti specifici sia per migliorare l'inestetismo sia per evitare che si aggravi, sono:

CELLULITE EDEMATOSA – La cellulite edematosa è il primo stadio della cellulite e si riconosce perché la pelle, nei punti critici, è pastosa e compare la tipica “buccia d'arancia” solo se pizzicata. La cellulite edematosa è causata da una perdita di elasticità dei vasi sanguigni che irrorano il tessuto adiposo causando il ristagno dei liquidi.

CELLULITE FIBROSA – La cellulite fibrosa è il secondo stadio della cellulite. Se si stringe la pelle fra le mani, il suo aspetto appare come quello di un sacchetto pieno di biglie, con protuberanze abbastanza evidenti. Questa forma di cellulite è dovuta alla produzione di fibre di collagene attorno agli adipociti e ai vasi sanguigni e linfatici.

CELLULITE SCLEROTICA – La cellulite sclerotica si riconosce immediatamente perché, anche se non compressa, la pelle presenta avvallamenti e protuberanze come un sacchetto di noci; inoltre, comprimendo le zone colpite, si prova dolore e si avverteranno gli strati profondi sottocutanei inspessiti. Questo dolore viene percepito perché l'aumento delle cellule adipose comprimano le terminazioni nervose tanto da causare fastidi o veri e propri dolori nei punti critici.

Bene ora sappiamo che cos'è...ma questa congiura al nostro bell'aspetto quali cause ha?

Le cause della cellulite sono di varia natura, si possono infatti ricercare sia in fattori genetici ereditari (razza bianca, sesso femminile e familiarità), sia in fattori legati al nostro stile di vita. Come già detto, la cellulite si accompagna ad un notevole accumulo di liquidi e di tossine provenienti dai processi metabolici. La linfa è addetta alla

rimozione di questi prodotti dall'organismo; a differenza della circolazione sanguigna, lo scorrimento attraverso i vasi di cui è composta è stimolato dalle contrazioni muscolari, quindi una mancanza di movimento determina un'inefficiente funzionalità della circolazione linfatica.

Una vita sedentaria e la mancanza di esercizio fisico comportano la perdita di tessuto muscolare, quindi un decremento del metabolismo, che causa sovrappeso e perdita di tonicità del corpo, con aumento della cellulite visibile.

In particolare la perdita di tono muscolare può essere un fattore che influenza in maniera importante la nascita o il peggioramento di questo inestetismo, infatti lo slittamento dei tessuti cutanei e sottocutanei verso il basso per effetto della forza di gravità e dell'età oltre che al non mantenimento muscolare, porta inevitabilmente a un ristagno di liquidi, ad intossicare i tessuti e a creare degli squilibri che scatenano la cellulite.

Questo scivolamento verso il basso interessa soprattutto alcune zone somatiche come i glutei e la regione interna delle cosce e delle braccia e si verifica in maniera evidente dopo i 40 anni.

Ora sappiamo qual è il nostro nemico quindi, via rosari, preghiere e calze coprenti tutto l'anno, donne...qui bisogna rimboccarsi le maniche!

Prima strategia è sicuramente riprendere uno stile di vita sano, alimentazione equilibrata e corretta; largo spazio a attività cardiovascolari e aerobiche come passeggiate, danza, cardiofitness, spinning e corsi in acqua.

Ma non basta, l'intervento va fatto lavorando in profondità sui tessuti colpiti da questo inestetismo per creare una vera e propria armata sfonda cellulite e non ritrovarci con qualche chilo in meno ma con una pelle flaccida o poco curata!

I trattamenti estetici mirano a riattivare il microcircolo nelle zone interessate, destrutturare le proteine che formano l'edema, liberando i fluidi in eccesso e stimolare il metabolismo dell'adipocita per ridargli la giusta energia per riprendere la sua corretta attività e quindi migliorare

fisiologicamente l'odiata cellulite.

Ma non va dimenticata la pelle, una pelle sana, elastica e correttamente trattata con costanza con i prodotti adatti alla sua tipologia e alle sue caratteristiche specifiche, permette di migliorare l'ineestetismo della cellulite in minor tempo perché veicolerà meglio i prodotti utilizzati e affronterà in maniera attiva le stimolazioni portate dal trattamento!

Insomma, da pelle a buccia d'arancia a corpo liscio come la buccia di una Mela? Si può fare, parola di Ego!